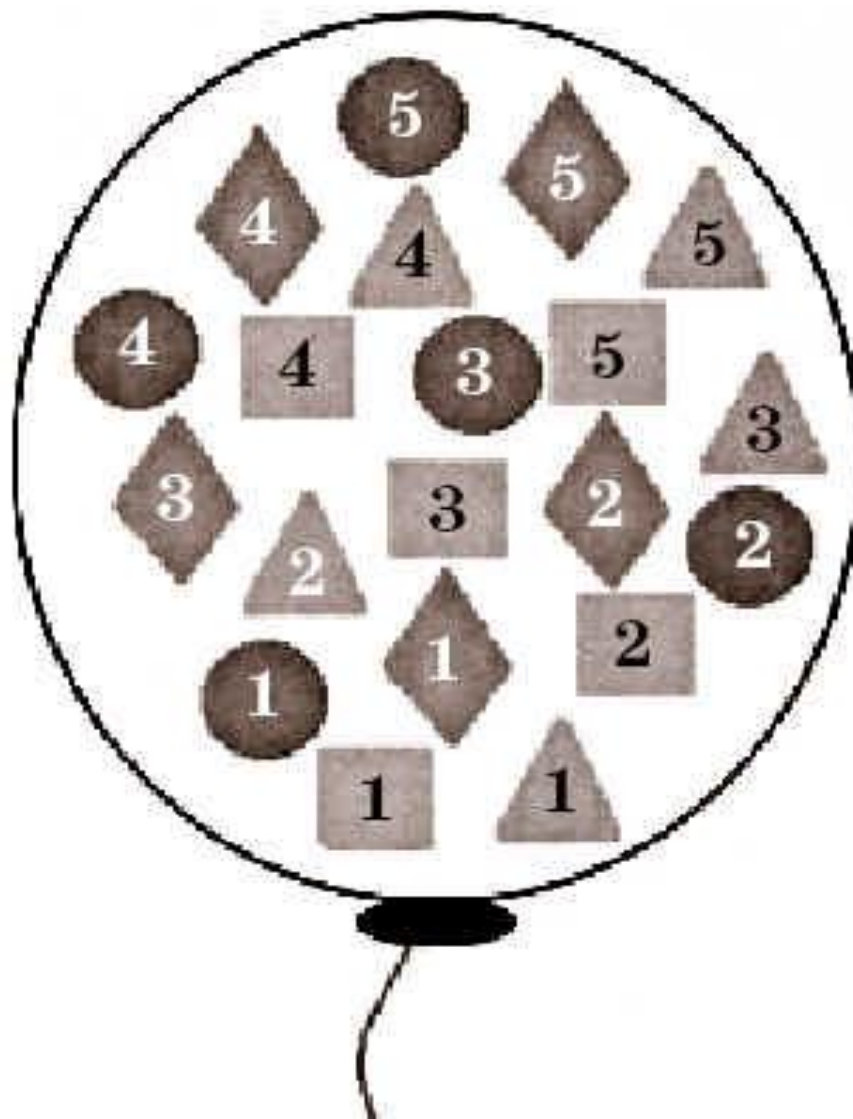


# ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ – «ПРЫГАЛКИ» И ИХ РАЗНОВИДНОСТИ.



# «ВОЗДУШНЫЙ ШАР»



# «ВОЗДУШНЫЙ ШАР»

- Возрастная группа:

Старшая группа, подготовительная.

- Цель :

Продолжать развивать у детей физические качества: быстроту, ловкость, выносливость, равновесия, координацию движений.

Закреплять разные виды прыжков, бега, ходьбы.

Активизировать умственную деятельность детей: закреплять знания прямого и обратного счета, форм геометрических фигур, цветов.

## • ЗАДАЧИ:

### Познавательные

- закрепить знания детей прямого и обратного счета, о геометрических фигурах, о цветах.
- способствовать формированию интереса у детей к физическому воспитанию.

### Воспитательные

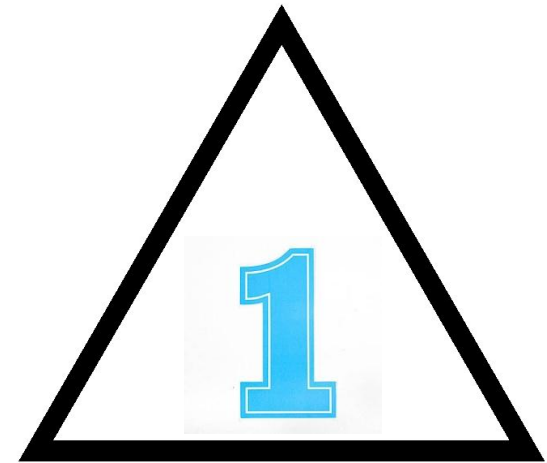
- воспитывать у детей коммуникативные качества, умение играть в коллективе;
- создавать хорошее настроение;

### Развивающие

- развивать физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;
- учить действовать по сигналу.

- ОБОРУДОВАНИЕ:

- Канат
- Геометрические фигуры с цифрами
- Камушек



- Правила:

На полу из каната выложен воздушный шар и ребенок-

шагает по кружка ( треугольника, квадратом )

шагает по цифрам от 1 до 5 – прямой счет

шагает по цифрам от 5 до 1 – обратный счет

шагает только по геометрическим фигура зеленого (красного, синего) цвета

УСЛОЖНЕНИЕ:

прыгать на двух, на одной ноге по кружка ( треугольника, квадратом )

прыгать на двух, на одной ноге по цифрам от 1 до 5 – прямой счет

по цифрам от 5 до 1 – обратный счет

прыгать на двух, на одной ноге только по геометрическим фигура зеленого (красного, синего) цвета

Можно поиграть как в классики:

Бросать камушек по порядку от 1 до 5 – прямой счет

сначала шагать на эту цифру

затем прыгать на двух ногах

затем на одной ноге

УСЛОЖНЕНИЕ:

Бросать камушек от 5 до 1 – обратный счет (только на заданное число, на заданную геометрическую фигуру, на заданный цвет)

сначала шагать на эту цифру

затем прыгать на двух ногах

затем на одной ноге

Еще один из вариантов:

дети передвигаются вокруг шарика

по команде «Треугольник» (квадрат, круг) – встают на эту фигуру

по команде цифра 1 ( 2-5 ) – встают на заданную цифру

по команде зеленый (красный, синий) – встают на заданный цвет

**УСЛОЖНЕНИЕ:**

то же самое, но передвигаясь вокруг шара выполнять различные виды ходьбы, бега, упражнения



## Еще один из вариантов усложнение:

дети передвигаются вокруг шарика выполнять различные виды ходьбы, бега, упражнения и звучит команда 1,2,3, - любой домик займи:

на какой цифре стоишь, столько раз – прыгнуть

- присесть

- хлопнуть

- **УСЛОЖНЕНИЕ (эстафета):**

Участвуют одновременно 2–4 команды, каждая из которых выстраивается с одной стороны «шарика» напротив определенной геометрической фигуры. По сигналу ведущего первые участники команд начинают передвигаться прыжками на одной или двух ногах с мячом между коленями по «фигурам» от цифры «1» до цифры «5» по порядку номеров.

Выполнив задание, они выпрыгивают из «шарика» с противоположной стороны, в то время как в соревнование включаются следующие участники команды, и т.д. Закончив эстафету, команды выстраиваются на противоположной стороне «шарика». Эстафета повторяется, выполняются прыжки в обратном порядке.

# «БОЖЬЯ КОРОВКА»



## Правила:

На крыльях «божьей коровки» нарисованы геометрические фигуры с цифрами разного цвета . Количество участников не ограничено. Задания можно выполнять индивидуально и подгруппой детей, фронтально и поточно, в форме упражнений и эстафет.

**Кто быстрее (с мячом между коленями)?»** (эстафета).

Дети делятся на две команды и располагаются с одной стороны «божьей коровки» около каждого ее крыла. По сигналу первые участники начинают прыжки с мячом между коленями по порядку номеров. Выполнив задание, они оббегают «божью коровку» сбоку и передают мяч следующему участнику своей команды, встав в ее конец. Эстафета заканчивается, когда все ребята выполнят задание.

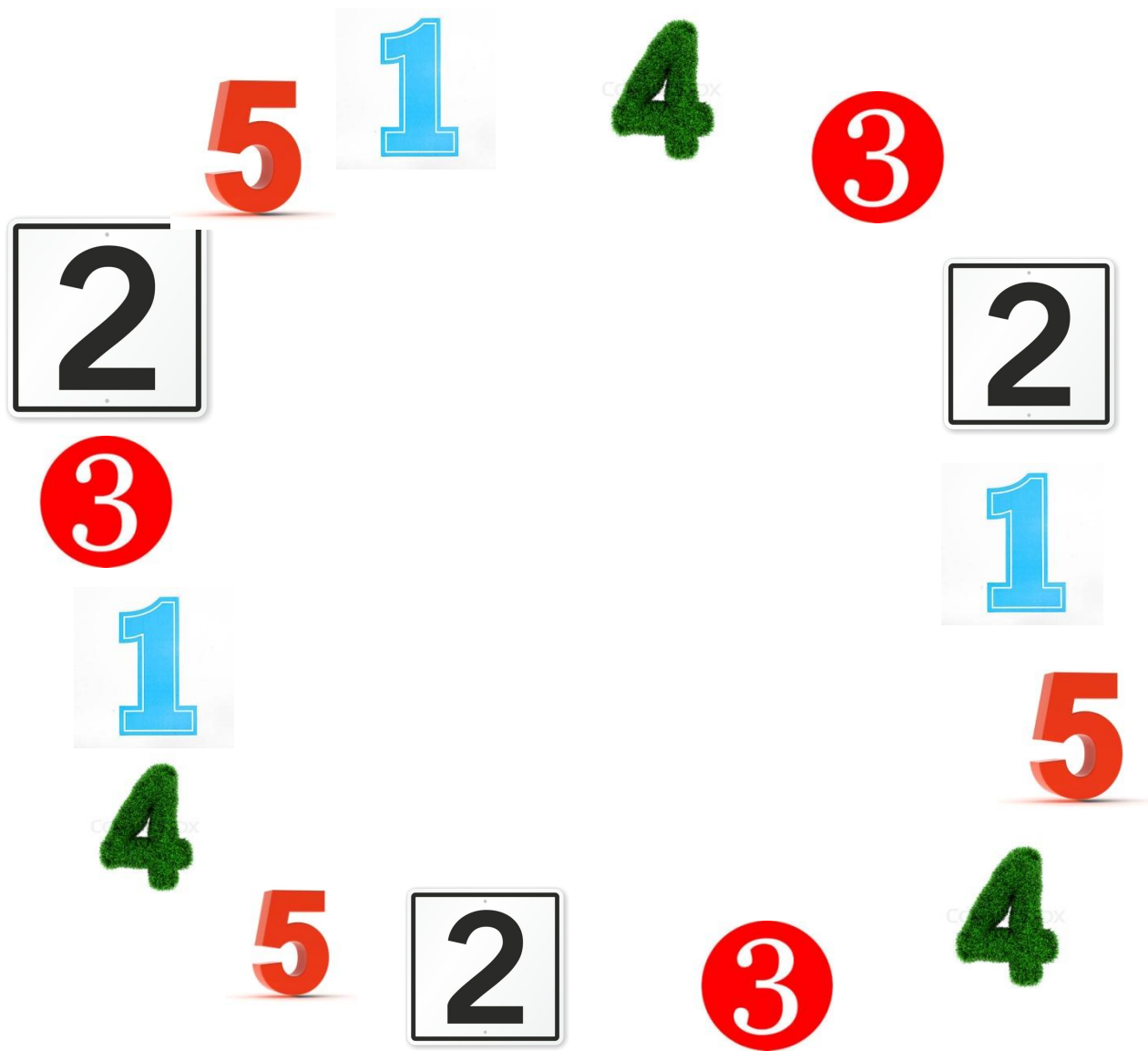
**«Донеси и не урони»** (эстафета). Команды передвигаются по «цифрам» по порядку номеров, стараясь удержать мешочек на голове.

**«Баскетболисты».**

Дети передвигаются по цифрам,

- одновременно выполняя ведение мяча.
- ведение мяча «змейкой» между цифрами.

# «Цифры,Цвета»



# Правила:

изобразить цифры от 1 до 5 и расположить их в чередовании по кругу, это позволяет организовать фронтальную деятельность детей через игры и упражнения.

Дети передвигаются по «цифрам» по порядку номеров, стараясь удержать мешочек на голове (или мяч удержать и т.д.)

Дети передвигаются по цифрам,

- одновременно выполняя ведение мяча.
- одновременно выполняя прыжки на одной ноге